

# AMAVITA

meine Apotheke

Alle Angebote  
auf einen Klick!  
[amavita.ch/12](https://amavita.ch/12)



So verbringen Sie  
entspannte Feiertage.

→ S. 21

Schlafen Sie gut?

Unser grosses  
Schlaf-Dossier.

→ S. 6

Keine Ruhe?

Tipps für Schnarchende  
und Bettnachbarn.

→ S. 19

Gute Nacht

Wie schminke ich  
mich richtig ab?

→ S. 25

# Pastetli



Eine Weihnachtsgeschichte von Peter Zollinger (69) aus Oberstammheim im Kanton Zürich.

Im Sommer 1960 weihten wir in unserem kleinen Bauerndorf ein neues Schulhaus ein. Endlich hatten wir mehr Platz und vor allem einen Werkraum. Unser Lehrer bot uns nach den Herbstferien zwei freiwillige Stunden «Kartonnage» – Arbeiten mit Papier und Karton. Ich genoss diese Stunden sehr. Genaues, sorgfältiges Arbeiten war gefordert, aber auch Kreativität und Sinn für Farben und Formen. Jedes Jahr bastelten wir in der Kartonnage etwas Kleines für jede Familie im Dorf. In der sechsten Klasse wagten wir uns an ein aufwendiges Projekt: 80 kleine, kunstvolle Weihnachtslaternen, eine für jeden Haushalt. Wir merkten schnell, dass dafür ein Sondereinsatz notwendig war. Einerseits waren wir an den freien Nachmittagen und sogar in den Pausen am Werken, andererseits wurden wir ein Team. Jeder tat das, was er am besten konnte. Gemeinsam falteten wir am Schluss die Laternen und setzten die Kerzen ein. Die Stunden, in denen wir gemeinsam so intensiv arbeiteten, zählen zu den schönsten in der Schulzeit.



Endlich war es soweit. Am Vorabend und Morgen des letzten Schultages zogen wir durchs Dorf und hinaus in alle Wachten, sangen Weihnachtslieder und stellten die leuchtenden Laternen auf die Haustürschwelle. Es war eine zauberhafte Nacht: kalter, knirschender Schnee, ein riesiger, sternenhängender Himmel und ein Nebelmeer, das knapp bis unterhalb des Dorfes reichte. Wir waren alle wie verzaubert. In meiner Erinnerung hatten wir die Weihnachtslieder noch nie so rein und schön gesungen. Auf den längeren Märschen hinaus zu den Weilern hatten wir Kinder Zeit zum Plaudern. Ich weiss noch, dass wir uns vom Essen am Heiligen Abend erzählten. Ich muss anmerken, dass die meisten Bauernkinder waren und ich ein Arbeiterbub. Bei den Bauern gab es Schinkli, Schüfeli oder Braten mit Kartoffelstock und Dörrbohnen. Bei uns kochte Mutter immer Pastetli mit Brätchügeli. Meine Schulkameraden waren ganz neidisch, das hatten sie noch nie gegessen. Als ich ihnen erzählte, wie knusperig die Pastetli wären und wie fein und zart die Sauce mit den Brätchügeli schmeckte, lief ihnen das Wasser im Mund zusammen, dass sie kaum mehr sprechen konnten. Um ehrlich zu sein: Ich wünschte mir meinerseits nichts sehnlicher als ein Schinkli oder ein Schüfeli am Heiligen Abend, aber das verschwieg ich, weil auch mir der Gedanke daran das Wasser im Mund zusammenlaufen liess.

Ich wünsche Ihnen genussvolle und besinnliche Weihnachten.  
Peter Zollinger



## EDITION UNIK – SCHREIB DEIN BUCH

Die Edition Unik animiert Menschen wie Sie und mich ein Buch zu schreiben. Das Projekt begleitet sie vom ersten Satz bis zum fertigen Buch, macht aber keine inhaltlichen Vorgaben. Halbjährliche Schreibbrunden finden in Basel und Zürich statt – schreiben kann man von überall und in allen Landessprachen.

Beginn der Frühjahresausgabe: 6.1.2020. Informationen und Anmeldung auf der Website: [www.edition-unik.ch](http://www.edition-unik.ch)